

Parti Tímea

Segítői hivatás választása a transzgenerációs minták tükrében

BEVEZETÉS

A transzgeneráció elég újkeletű fogalom. Különböző tudományterületek határát érinti, mint a családterápia, krízis lélektan, fejlődéslélektan, pszichoterápia, epigenetika stb. „A transzgenerációs hatások régóta ismertek a klinikai munkában. Némileg rejtélyes módon olyanoknál is jelentkezhettek a traumatizáltság hatásai, akik maguk nem voltak kitéve a kedvezőtlen hatásnak, ám ősük valahogy továbbörökítették azt (...).” (Varga 2011, 507.)

Régóta foglalkoztatott az a kérdés, hogy mennyire befolyásolja életünket a környezetünk, amelyben felnőttünk és ahonnan érkezünk a társadalom nagy egészébe? Úgy gondolom a mai felgyorsult világban is érdeklik az embereket azok a kérdések, hogy „Kik vagyunk? Honnan jövünk? Merre tartunk?”. A szociális munkában, pedig még fokozottabb az önmonitorozás igénye, ahhoz, hogy valóban professzionális segítők lehessünk úgy vélem először a saját magunk pszichés működésére kell rá ébrednünk, melyre remek lehetőséget kínál a transzgenerációs szemlélet. A kutatási kérdőívemben szerettem volna képet kapni a megkérdezett segítői hivatást választott személyek családi viszonyulásairól, a családjukból szerzett erősegeikről és nehézségeikről, arról, hogy mit gondolnak arról, mennyiben befolyásolhatták-e a kora gyermekkori élményeik őket a felnőtté válásban és a hivatásukban.

TÉMA ELMÉLETI FELTÁRÁSA

A transzgeneráció fogalma, elméletei

A pszichológia területén először a holokausz túlélők megfigyelése kapcsán vált ismertté a transzgenerációs hatás. Az 1980-as évektől kezdtek megjelenni olyan tanulmányok, melyekben a holokausz túlélőire és az ő gyermekeikre gyakorolt hatásokat, generációk közti kommunikációt, az átvitel módját, a tagadás és elfojtás lelki megnyilvánulásait firtatták. Szá-

mos kutató figyelt fel arra, hogy a traumát elszenvedők utód generációja, annak ellenére a traumatizáltság jeleit mutatja, (mint pl.: depresszió, szorongás, öngyilkos gondolatok, alacsony önértékelés) hogy ők maguk nem voltak áldozatai a holokausztnak. Magyarországon az első nemzetközi publikációk után nem sokkal már el kezdtek foglalkozni ezzel a témával. Virág Teréz volt az, akinek az 1982. november 9-ei előadása a Magyar Tudományos Akadémia a Magyar Pszichológiai Társaság konferenciájának keretében törte meg a jeget. Ugyanis itt számolt be a holokauszt túlélőkkel és gyermekeikkel folytatott terápiás tapasztalatról és ezt követően indult el jó néhány projekt ebben a témában. (Bakó-Zana, 2021.)

Mark Wolynn ír *Az örökölt családi minták* című könyvében egy amerikai idegtudományi- és pszichiátriaprofesszorról, a poszttraumás stressz szindróma egyik vezető szakértőjének munkásságáról. Rachel Yehuda a poszttraumás szindróma neurobiológiáját a holokauszt túlélőinél és gyermekeinél vizsgálta, azon belül is a kortizollal, stresszhormonnal való kapcsolatukat (Wolynn, 2020). A poszttraumás stresszszavarban, vagy röviden PTSD-ben lévő személyre jellemző, hogy nem tud szabadulni az emlékektől és érzésektől, egyfajta „flashback”-et él át ébren és álmodva is, annak ellenére, hogy az a múltban történt. Állandó szorongásban vannak és rengeteg pszichés energiát emészt fel, az, hogy folyamatosan monitorozzák a környezetüket. Yehuda és mts.-i vizsgálataikkal feltárták, hogy a PTSD-ben szenvedő holokauszt-túlélők gyermekei a szüleikhez hasonlóan alacsony kortizol szinttel születtek, ami hajlamossá teszi őket a korábbi generáció PTSD-tüneteinek újra élésére. Hasonlóan alacsony kortizol szintet mért a háborús veteránok körében is, valamint várandós édesanyáknál, akiknél a Világkereskedelmi Központot ért támadások után alakult ki a PTSD, illetve az ő gyermekeiknél. Ezen eredmények ellentétes képet mutatnak, azzal a korábbi, régóta validnak vélt elképzeléssel, melyben a stressz magas kortizol szinttel van szoros összefüggésben. Yehuda munkásságát fontosnak tartottam itt megemlíteni, hiszen ő volt az, aki elsők között kimutatta, hogy az általuk át nem élt traumákkal járó fizikai és érzelmi tüneteket hordozhatják a leszármazottak. (Wolynn, 2020; Hajduska, 2008)

Varga Katalin (2011) szerint az epigenetika magyarázó mechanizmust ad a transzgenerációs átvitel folyamatára. Az 'epi' előtag jelzi, hogy itt valóban a gének felett álló mechanizmusokról van szó. Orvos Tóth Noémi (2018, 60.) erről így vélekedik: „Kiderült, hogy a gének önmagukban

csak egy alapkódot jelentenek, és nem sokat árulnak el az egyes ember rendkívül összetett pszichológiai működéséről. Ennek oka viszonylag egyszerű: a gének nem képesek önmagukat ki- és bekapcsolni. A géneket a környezeti hatások, mint például a táplálkozás, a stressz vagy az érzelmek kapcsolják ki és be, vagy ha úgy tetszik, hangosítják fel és halkítják le.”. Arra a kérdésre, hogy mi célt szolgál az epigenetikai hatás a természetben, a válasz viszonylag egyszerűnek mondható. Ez az alkalmazkodás egyik rugalmas, gyors eszköze. Hiszen a DNS túl stabil. A DNS szerkezeti változását okozó mutáció igen ritka, még extrém hatások esetén (például nukleáris katasztrófák) is csak 0,01%-ban fordul elő és akkor is csak véletlenszerű módon. Nem mondható így adaptívnak és nem építhet erre az utódnemzedék. Az epigenetikai változások legfontosabb jellemzője a „valódi” genetikai módosuláshoz képest, hogy lehetőség szerint reverzibilisek, visszafordíthatók, így elérhető velük rövidtávon érvényesülő változás is. Egy dinamikusabb alkalmazkodást hordoznak magukban az epigenetikai mechanizmusok (Varga, 2011). Yehuda egy pozitív dologként tekint erre, hiszen az epigenetikus változás célja, hogy a stressz helyzetekre adott reakcióink repertoárját bővítse. (Wolynn, 2020)

Család szerepe

Bakó Tihamér és Zana Katalin *A transzgenerációs trauma és terápia* című könyvének már az előszavában hangsúlyozzák a jelentőségét annak, hogy egy elfogadó, biztonságot nyújtó, az érzéseket megérteni és visszatükrözni képes társas közeg mind a korai, mind az egész élet során elengedhetetlen az egészséges személyiség működéséhez (Bakó - Zana, 2021). A tükrözés szerepéről Orvos-Tóth is szót ejt. Vélekedése szerint önazonosságunk élménye a családban bontakozik ki először, ugyanis tükörfelületet nyújtanak a családtagok. Az Én önmagában nem létezik, csupán a kapcsolatainkon keresztül értelmezhető, ezért is fontos, hogy milyennek látnak a családtagjaink és általuk mi milyen élményekben részesülünk (Orvos-Tóth, 2018).

Ugyancsak Orvos-Tóth Noémi könyvében találtam először szembe magamat egy Kádár Annamária által a magyar köztudatba hozott nagyon izgalmas kutatással. Egy amerikai kutató páros, név szerint Marschall Duke, pszichológus professzor, a családi rítusok és mítoszok szakértője és munkatársa és Robyn Fivush, kutatásuk középpontjába azt tűzték ki, hogy milyen előnnyel jár, ha egy gyerek ismeri a családjának történetét, és ez

által rendelkezik egy úgynevezett integrációs identitással. A családdal kapcsolatos ismereteik felmérésére megalkottak egy húsz kérdésből álló „Tudod-e” skálát. Itt olyan kérdések kaptak helyet, amikre a gyerekeknek jó lenne tudnia a választ. Mint pl.: „Tudod-e, hogy hol ismerkedtek meg a szüleid?” „(...) 2001-ben 50 családnak tették fel ezeket a kérdéseket és hozzá kapcsolva még vacsorabeszélgetéseket is elemeztek, sőt pszichológia tesztekkel is összevetették a kapott eredményeiket. A kutatópáros azt találta, hogy minél többet tud egy gyerek a családjáról, annál erősebb a belső kontrollérzése. Ez azt jelenti, hogy tudja, ő maga irányítja életét. Magasabb önbecsüléssel és alacsony szorongásszinttel rendelkezik, kevesebb viselkedésproblémája van és jobban meg tud küzdeni az érzelmi és viselkedés nehézségekkel is az életben. Duke és mts. kutatásának váratlan, de figyelemre méltó történése, hogy az elemzésük elkészülte után 2 hónappal a Világkereskedelmi Központ elleni merénylet híre rázza meg az egész világot. Ezen esemény után újra megvizsgálták a kutatásukban részt vett ugyanazon gyerekeket. Eredményeik újabb bizonyítékot szolgáltatnak. Azon gyermekek regenerálódtak leghamarabb, akiknek már korábban is jobb alkalmazkodó készséget mértek, azáltal, hogy több ismerettel rendelkeztek a saját családjuk narratívájáról (Orvos-Tóth, 2018; Kádár - Kerekes, 2017). A kutatás legfőbb eredménye szerintem az, hogy ha tudja valaki a családjának történetét magasabb önértékelése van, sokkalta rugalmasabban tudja kezelni a helyzeteket, családjá története egyfajta védőhálót nyújtanak, és álarok nélkül tudja vállalni önmagát ez által.

A magyar származású pszichiáter, akinek a sorsanalízise a 20. század mélylélektani irányzatába sorolható, Szondi Lipót vezette be a családi tudattalan fogalmát. Lényege, hogy választásaink háttérében a családi ősök szerepe is meghúzódik. Az ő értelmezésében a sorsunkat választásaink mentén alakítjuk. Főbb területek a pár-, a barát-, a betegség-, halál-nem-, és a foglalkozás- választása. A kutatási kérdőívem kapcsán a foglalkozás választásának háttérében a családi felmenők szerepét szeretném feltárni. Szondi kihangsúlyozza, hogy az ember e mellett a személyes én birtokosa is egyben. Ez azt jelenti, hogy a családi tudattalan által felkínált lehetőségekből képes egy új és egyben egyedi sorsot formálni. (Gyöngyösiné - Oláh, 2007)

Altruizmus, a segítői személyiség

Bagdy Emőke (1999) a segítő viselkedést tartja a legtisztább formájának a proszociális, a közösséget szem előtt tartó tevékenységnek. Szerinte fő vonásai: az önzetlenség és a szolgálat, mely a felebaráti szereteten alapul. Az állatvilágban is megjelenik, sőt azt tapasztalták, hogy minél agresszívabb egy adott faj, annál jellemzőbb.

Egy segítői magatartás társadalmi megítélése általában pozitív. A segítő magatartás összetevői: a szocializációs minták, a felelősség nagysága és annak megoszthatósága egy adott helyzetben. A viszonzás, jutalom reményén túl, a potenciális segítő aktuális lelkiállapota is fontos, minél jobb érzelmi állapotban van, annál esélyesebben lép segítő akcióba. Bagdy szerint a valódi altruizmus elsődlegesen az emberszereteten, filantrópián alapszik, amelynek két fő megnyilvánulása van. Az egyik, az úgynevezett helyzeti, valamint a másik a személyiségben tartósan jelenlévő altruizmus, amely utóbbi a segítés professzionalizálódásához vezetett. (Bagdy, 1999)

Arra a kérdésre, hogy van-e olyan szocializációs miliő, ami hajlamossít a professzionális segítői pálya választására, többen is keresték a választ. Schmidbauer mellett, Wills és Kempe. Kempe hétféle szocializációs utat azonosított, amikor önkéntes laikus segítők mélyinterjúit vizsgálta.

Horváth Ágota és Lévai Katalin, *Hogyan lesz valaki szociális munkás* című tanulmányában kapott eredmények megerősítik, hogy a családi minták befolyásolhatják a pályaválasztási motivációkat. Az általuk megkérdezettek egyharmada arról számolt be, hogy a családjukban előforduló, valamely segítői munkaforma hatással volt rájuk, hogy ők is e pályán induljanak el. Az ő kutatásukban elsősorban budapestiek és a hajléktalan-ellátásban dolgozóknál volt ez többségben. Az is érdekes eredmény, hogy az általuk megkérdezettek több mint fele, 56%, volt érintett szűk családjában lévő súlyos problémával. Szenvedélybetegséget, alkoholizmust, valamely szülő korai elhalálozását említették első sorban. (Horváth, Lévai, 1996)

SAJÁT VIZSGÁLAT

A vizsgálat célja, hipotézisei

A kvalitatív kutatásom célja volt, hogy képet kapjak a szociális szférában dolgozók transzgenerációs mintáiról. Azért tartottam ezen témát fontosnak, mert a szociális munka BA képzés során is jó néhány önismereti órán

vettem részt, ahol megtapasztaltam az önismeret jelentőségét. Azt gondolom, hogy a segítő munka során is szükséges az önismeretünket fejleszteni, azért, hogy mentális egészségünket megőrizhessük. A transzgenerációs mintáink feltárása pedig erre jó lehetőség, hiszen a saját családját mindenki jól ismeri, de ez a módszer egy másik nézőpontból segíti meg látni azt.

A szakirodalom alapján az alábbi vizsgálati hipotéziseket fogalmaztam meg:

- 1) Feltételezem, hogy akik segítő hivatást választottak, azok nagy részének a felmenői között is megtalálható a segítő hivatás vagy az önkéntes segítség civilként. (azonosulás mint motiváció)
- 2) Feltételezem, hogy a pályaválasztást megelőzte már valamiféle esemény, mely motiváló lehetett, például önkéntes munka vállalása. (szociális tanulás mint motiváció)
- 3) A korábbi generációkról való tudás és ezekhez való kapcsolódási pontok ismerete a segítő szakmát választók körében meghatározó feltételezésem szerint.
- 4) Feltételezem, hogy a segítő szakma pályaválasztási motivációiban meghatározóak a korábbi generációkat ért traumák, krízisek.

A vizsgálat menete, vizsgálati eszköz

A kérdőív elkészítése során figyelembe vettem, hogy a 2020. évben kezdődő járványhelyzetben sokan az online kitöltést preferálják majd. A bevezetőben a bemutatkozást és a kutatásom célját megfogalmazva az általános szocio-demográfiai adatokat mértem fel, mint a nem, életkor, szakterület, iskolai végzettség, családi állapot, munkaerőpiaci besorolása. Ez a rész 7 kérdésből áll.

Majd ezt követte a kutatásomhoz kapcsolódó kérdéskör a nukleáris családról. Ezen részben 16 kérdést alkottam meg. Itt sok kérdést merítettem Orvos Tóth Noémi (2018) Örökölt sors című könyvében szereplő „Tudod-e” skálából, melyet gyermekeknél alkalmaztak, annak felméréseire, hogy mennyi előzetes tudásuk van a saját családjukról. Szerintük minél biztosabbak a saját családjuk történetében, annál erősebb identitással állják meg a helyüket a nagyvilágban. Éppen ezen következtetés miatt láttam relevanciáját a kérdőívemben, hiszen egy hiteles segítőnek biztos identitásra van szüksége.

A harmadik, és egyben utolsó szakaszban, arra voltam kíváncsi, hogy a segítői munkával kapcsolatban milyen értékrenddel rendelkeznek. Mi az, amit sikernek könyvelnek el? Mi lehet belső és külső motivációjuk? Erre vonatkozóan 4 kérdést tettem fel, melyek esetében 1-től 5-ig terjedő skálán jelölhették az állításukat. Ezen 4 kérdést, pontosabban 24-27. kérdéseket, egy külföldi kérdőívből merítettem, melynek rész célja volt, hogy feltárja azon tényezőket, melyek meghatározzák a szociális munkások motivációját.⁷⁰

A kérdőívem 28 kérdésből állt, melynek kitöltése körülbelül 10-15 percet vett igénybe. 475 magyarországi szociális ágazatban dolgozó személy töltötte ki a kérdőívet. Online formában, egy „Szociális Szakemberek Csoportja” elnevezésű internetes zárt csoportból volt elérhető.

Kérdéseim típusai között vannak zárt kérdések, melyeknél előre megadott válaszlehetőségekből választhatják ki a számukra megfelelőt. Ezen belül is van eldöntendő, valamint több válaszos kérdés. Igyekeztem hasonló arányban használni nyílt és zárt kérdéseket. Egy 5-ös skálán mértem fel a motivációjukat, értékrendjüket. A nyílt kérdésekből értékes véleményeket tudhatok meg a kitöltőktől, melyek befolyásolás mentesek. Néhány kérdés fedi egymást, éppen azért, hogy a kérdések ismétlődésével ellenőrizni tudjam a korábbi válaszukat. A kérdéseknél figyelembe vettem a téma mélységét, érzékenységét. Azt gondolom, hogy a családból hozott traumák megosztásában segítség lehet, hogy anonim a kitöltése, melyre az elején fel is hívtam a figyelmüket. Bár a rövid időn belüli nagy kitöltő szám számomra azt az üzenetet hordozza, hogy egy érdekes témáról szóló kérdőív kitöltésére szívesen fordítanak időt. Vagy éppen, hogy jól eső a szociális szférában dolgozók számára a munkájukkal kapcsolatos kutatás.

A minta bemutatása

A kitöltőim közül a többség, szám szerint 460 fő, nő, míg 15 fő férfi. Ezen nem szerinti megosztás is jól jelzi, hogy a szociális ágazatban dolgozók között felülreprezentált a nők aránya. Már egy korábbi tanulmány is pedzegette,

Angol nyelvű kérdőív forrása:

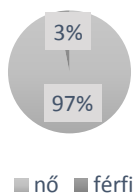
<http://uir.unisa.ac.za/bitstream/handle/10500/1380/08appendix1.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

hogy a szociális munka tipikusan női foglalkozásnak számít-e. „Definíció szerint női szakmának tekintjük azokat a foglalkozásokat, amelyekben túlnyomórészt nők dolgoznak és amelyek több szempontból nézve is, alkalmasak a nők számára, illetve a nők alkalmasak e szakmák művelésére. A kutatásunkban szereplő szociális munkások többsége foglalkozása jellemzésekor olyan foglalkozási sztereotípiákat használt, amelyek a nőkre jellemző társadalmi sztereotípiákra rímelnek.” (Horváth, Lévai, 1997, 42)

4. ábra

Nemek megoszlása (n=475) forrás: saját szerkesztés

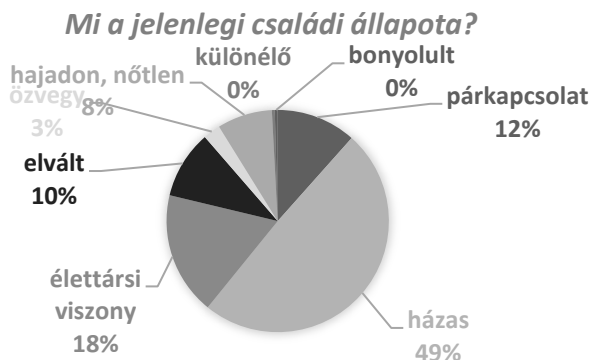
Az ön neme?



Tehát a köztudatban feltételezhetőleg ma is él ezen sztereotípia, hogy a segítő szakma egy női szakma lenne. A kitöltőim átlagéletkora 49 év, de nagy a szórás, mivel a legfiatalabb 19 éves, míg a legidősebb kitöltő életkora 88 év. A jelenlegi családi állapotukra vonatkozó kérdést azért tartottam fontosnak, mert Szondi családi tudattalanról szóló elmélete hangsúlyozza, hogy családi választásaink hátterében meghúzódnak a családi ősök.

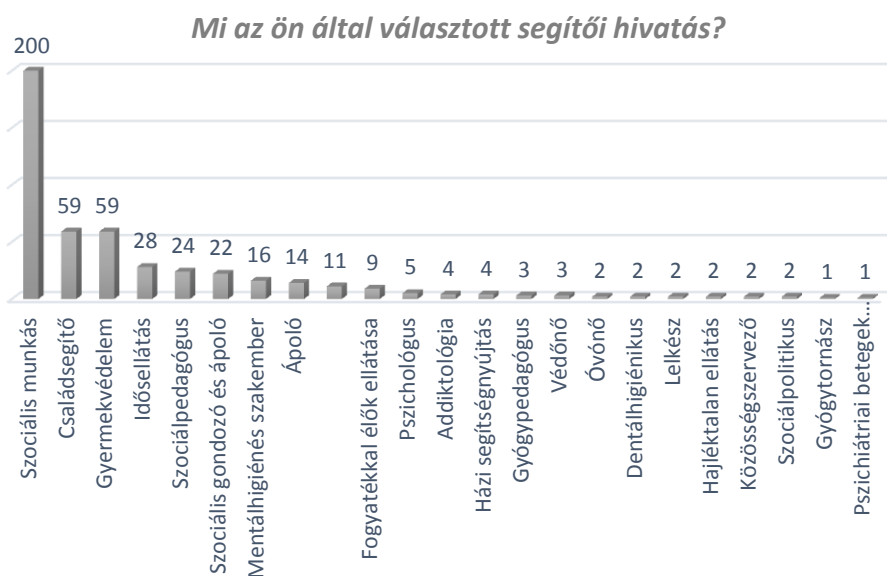
5. ábra

Mi a jelenlegi családi állapota? (n=475) forrás: saját szerkesztés



A kérdőívem alapján a kitöltők majdnem fele, 49%-a jelenleg is házasságban él. Élettársi viszonyba 18% sorolta önmagát, 12% pedig párkapcsolatba. Viszonylag alacsony számban váltak el, 10%. Összesen 8% vallotta magát hajadonnak vagy nőtlennek. Egyebek között szerepelt 3% özvegy, emellett még a külön élő és a bonyolult. Számomra a külön élő megjelzése, mint családi forma meglepő. Sallai Viola (2014. 12.o.) szerint: „A házaspár egymástól való eltávolodásának, az eltérő igényeknek, és az erőteljes elvonulás-igénynek még kifejezettebb megnyilvánulása, amikor a házaspár egyik tagja 'alternatív' otthont használ.”

6. ábra
Segítői hivatások (n=475) forrás: saját szerkesztés



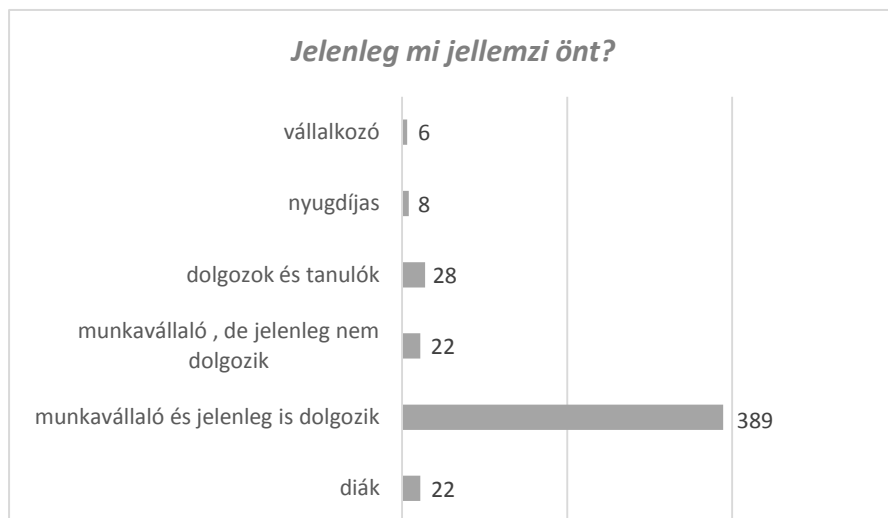
A kitöltők közül az általuk választott segítői hivatásnak a szociális munkát jelölték meg a legtöbben, pontosabban 200 fő. 59 fő családsegítő és ugyan csak 59 fő gyermekvédelemben dolgozónak vallotta magát. Ezen túl 28 fő tölti a mindennapjait idősellátásban, 24 fő szociálpedagógus és 22 fő szociális gondozó és ápoló. A fenti diagrammon látható vízszintesen a kitöltők által megjelölt többi segítői hivatás felsorolva és függőlegesen ábrázoltam, hogy hányan adták azt a választ. Mint már említettem egy

„Szociális Szakemberek Csoportjába” tettem közzé a kérdőívet, ezért is lehet oly magas a szociális munkát végzők száma. De amint feltételeztem, a szociális szférában sok más társszakma is helyet foglal, mint például a mentálhigiéné, pszichológus, gondozók/ápolók, védőnő, és szakma-specifikus irányok.

A munkaerőpiaci státuszt azért tartottam lényeges adatnak, mert a szakmai motivációt felmérő kérdéseknél fontos, hogy saját tapasztalatok alapján adják meg a válaszaikat. A kapott eredményeket az alább látható diagramon ábrázoltam. Munkavállalónak és jelenleg is dolgozónak 389 fő vallotta magát a kérdőív kitöltése során. Feltételezhetően van a szakmában saját élménye a kitöltők többségének. 28 fő vallotta azt magáról, hogy dolgozik és mellette még tanul, voltak néhányan, akik megjegyezték, hogy levelező tagozaton, vagy Phd-t végeznek., viszont, hogy a szakmában dolgoznak vagy sem, nem derült ki. 22 fő munkavállaló, de jelenleg nem dolgozik. Nem tartottam fontosnak annak okát, hogy miért nem dolgoznak. Néhányan viszont megjegyezték, hogy gyeden/gyesen vannak. Diák 22 fő, nyugdíjas 8 fő és vállalkozó 6 fő.

7. ábra

A munkaerőpiaci státusz (n=473) forrás: saját szerkesztés



EREDMÉNYEK ISMERTETÉSE

Első hipotézis

Az első megfogalmazott hipotézisemben feltételeztem, hogy *akik segítő hivatást választottak azok nagyrésznél a felmenői között is megtalálható a segítő hivatás vagy az önkéntes segítség civilként. (azonosulás mint motiváció)* Ezen hipotézisem megdőlt a kérdőív alapján. A kitöltőim több mint fele, 60% szerint nincs a családjában, aki segítő hivatásban dolgozik, vagy dolgozott. Csupán 37%-nak van a családjában segítő hivatású személy. 3% a talán választ adta, többségében azok, akiknek a családjában valamilyen pedagógus volt. Az egyik kitöltőm véleménye szerint: „Anyám tanítónő volt szegregátumban. Inkább végzett szociális/segítő munkát, mint pedagógiát.” Tehát a rokonok élményei meghatározóak tudnak lenni. Ezt támasztja alá egy másik vélemény: „Nagyszüleim idősek otthonában dolgoztak, mint takarító és karbantartó, ezáltal sokat voltam ott. Édesanyám szintén idősek otthonában dolgozik, mint konyhai alkalmazott, kisebb koromban sokat bejártam hozzá.”

Második hipotézis

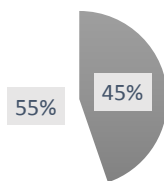
Második hipotézisemben feltételeztem, hogy *a pályaválasztást megelőzte már valami féle esemény, mely motiváló lehetett, például önkéntes munka vállalása. (szociális tanulás mint motiváció).* A már említett gyermekkori élmény, ahogyan kisebb korában bejárt a szülők, nagyszülők munkahelyére éppen elég maradandó lehet már önmagában is, hiszen ezen kitöltőm jelenleg szociális munkát tanul.

8. ábra

Korábbi önkéntesség vállalása (n=475) forrás: saját szerkesztés

A kutatás eredményei alapján 55,2 % a pályaválasztást megelőzően nem vál-

***Mielőtt segítő hivatást választott, vállalt-e
önkéntes jellegű elfoglaltságot?***



■ Igen ■ Nem

lalt önkéntes jellegű munkát, míg 44,8% igen. Tehát a második hipotézisem a kutatási eredményeim tükrében megdőlt. Nem az önkéntességben szerzett tapasztalatok azok, a melyek erre a pályára viszik az segítők többségét, mivel több mint fele a kitöltőknek nem önkénteskedett. Felmerül az a kérdés, hogy mi lehetett az a motívum, amely erre a pályára sodorhatta őket. Ez egy nehezen kutatható kérdéskör, hiszen nagyrészt azt a választ kapnánk, hogy a segítség iránti vágy. De ez egy sokkal mélyebb indíttatás. A fokozott empátia skillje megjelenik a pályaválasztásban, melyet elsődleges szocializációs közegünkből hozhatunk.

Harmadik hipotézis

A harmadik hipotézisemben feltételeztem, hogy *a korábbi generációkról való tudás és ezekhez való kapcsolódási pontok ismerete a segítő szakmát választók körében meghatározó*. Erre vonatkozóan több kérdést is feltettem, melyeket nagyjából két kategóriába sorolhatunk. Az elsőben azt vizsgáltam, hogy a korábbi generációkról szóló tudásuknak hatása van-e a pályaválasztásukban. A másodikban pedig a korábbi generációkat ért traumák, krízisek ismeretében a saját életükre voltak kíváncsi és a motivációikra a hivatásukban.

Az első kategóriához tartozó kérdésem volt a következő. Tudja-e, hogy hol ismerkedtek meg a nagyszülei, vagy a szülei? 47% mindkettőt ismeri, 45% pedig csak a szülei megismerkedésének történetét. 7% egyiket sem tudja és mindösszesen 1% az, aki csak a nagyszülei megismerkedésének történetét ismeri. Ezek az adatok az alábbi kördiagrammon láthatók.

9. ábra

Tudja-e hol ismerkedtek meg a nagyszülei, vagy szülei? (n=475) forrás: saját szerkesztés

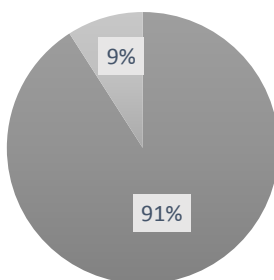


Ehhez érintőlegesen kapcsolódik az a kérdésem: Tudja-e, hol nőttek fel a nagyszülei? A válaszadók 90,7% igen választ adott, 9,3% viszont nemleges választ jelölt meg. Ezen adatok az alább látható diagrammon megtekinthetők. Az előző kérdés alapján feltételezném, hogy picit kevesebb mint fele válaszolt volna erre a kérdésre igennel. Ezzel szemben viszont sokkal többen ismerik a nagyszülők felnövekedésének helyét. Tehát ha talán személyesen nem is ismerték a nagyszülőket, vagy a nagyszülők megismerkedésének történetét, valamelyest van információjuk a családban hallott történetekből leszűrve a nagyszülőkről.

10. ábra

Tudja-e, hol nőttek fel a nagyszülei (n=475) forrás: saját szerkesztés

Tudja-e, hol nőttek fel a nagyszülei?



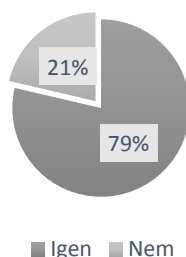
■ Igen ■ Nem

A családfakutatások egyre közkeletűbbek, pláne ha csak a magyar történelmi tanulmányokra gondolunk vissza, hiszen számos népvándorlás, betelepedésről/betelepítésről vannak információink. Az, hogy a családunk milyen származású, honnan jöttünk, nagyon fontos eleme az identitásunknak, mert néhány szokásunkra választ adhat. Meglepő eredményeket hozott a kérdőívemben ezen kérdése. A megkérdezettek 78,3 % a tudja, hogy milyen származású családja, illetve családi neve. 21,7% azonban nem tudja ezt az információt családjáról és így önmagáról sem.

11. ábra

Tudja-e milyen származású a családja, esetleg családi neve? (n=475) forrás: saját szerkesztés

Tudja-e milyen származású a családja, esetleg családi neve?



Szerepelt a kérdőívben egy olyan kérdés, mi szerint „Elmesélték-e önnek születési körülményeit?”. Igennel válaszolt 421 fő, nemmel pedig 54-en. A születési körülményekhez kapcsolódva, de egy sokkal konkrétabb kérdés a következő: „Tudja-e ön, hogy miért ezt a nevet kapta? Egyetértés volt-e a névválasztását illetően a családban?”. 232 fő tudja, hogy miért kapta a nevét. 115 fő viszont nem tudja. 38 személy jelölte meg édesanyját valamilyen formában. Vagy ő választotta, vagy az ő nevét kapták. Volt olyan válaszadóm, aki szerint: „édesanyámat becézte okos Katának egy kedves tanára. Egyetértés volt.”. Tehát van, amikor, egy melléknevet is társítanak egy névhez, úgyszólván kiegészítik a jelentését. Sokan az akkori korban a nevük divatosságát jelölték meg, vagy egy híresebb személy után kapták, például zongoraművész, színész/színésznő, könyvben megjelenő karakter stb. Egy kitöltő a következő választ adta: „Igen, anyukám, amikor szült, a kórházban látott egy angol filmet, amiben Kitti nevű prostituált volt a főszereplő, nagyon megtetszett neki ez a név, ami 49 éve még nem is volt ismert, azt sem tudta, hogy egyáltalán lehet-e így anyakönyvezni engem.” De, lehetett egy egyszerű személy is, akinek a jelenléte meghatározó volt. „Tudom. A bátyám kórházban feküdt és anyukám sokat volt ott vele, és egy kedves nővéréről kaptam a nevem. Apám a név választásba nem szólt bele.”, vagy éppen egy kedves tárgy „Igen, nővérem szeretett volna egy húgocskát, neki volt egy babája, amiről elneveztek.”. De lehet ez egy rokon után is „Igen, nagyanyám kora gyermekkorában meghalt testvére után kaptam a nevet”, vagy „Igen, édesapám első menyasszonya elhunyt, az ő

emlékére, egyetértésben kaptam a nevét.” Ezen kérdés válaszaiból kiderült, hogy az élet hoz számos érdekes fordulatot, például volt, akinek kalapból húzták ki a nevét. Az egyik válaszadóm így vélekedett erről: „igen tudom, elfelejtették a szüleim, hogy milyen nevet választottak nekem, és mivel az anyakönyvezés miatt sürgős volt a név, így a szülészetén anyukám szobatársa után kaptam a nevem. Igaz közben azért eltelt 1 nap” A válaszában 31 fő említette meg édesapját a névválasztásával kapcsolatban. Volt olyan, aki a szokásokra hivatkozva „örökölte” meg az azonos nemű szülő nevét. 10 személy válaszából derült ki, hogy valójában fiút szerettek volna. „Tudom, hogy fiút vártak, Ákos lettem volna. Végül a párom ezt a nevet választotta a fiunknak. Az Eszter nevet szerettem anyám választotta. Sokáig nem szerettem a nevemet.”. A névválasztás nem csak a családnak meghatározó élmény, hanem a személynek is, hiszen élete során meghatározó a kapott név, az önazonosságát adja. Volt olyan, aki így válaszolt erre a kérdésre „tudom, és nem rajongok érte”, de volt olyan is, akinek válaszából kiderült, hogy 13 évesen megváltoztatta saját nevét. Az egyetértéssel kapcsolatban vegyes eredmények születtek. Számos olyan választ kaptam, melyből az egyoldalú döntést lehet sejteni, például: „Édesanyám szerette volna a nevem, apámat érdekelte-e, ez jó kérdés.”, vagy „Nem, apukám meg anyukám más nevet akartak, anyukám nyert”. Jól összefoglalja a következő válaszadóm a névválasztás körüli családi dilemmát: „Részben, ezért van két keresztnévem”. Komoly családi vitákat is eredményezhet egy ilyen kérdés. „Nem volt egyetértés. Anyukám és anyai nagymamám vitakoztak. Végül mindkét nevet megkaptam, de anyukám javaslata lett az első, ezen nagymamám megsértődött.” Vagy éppenséggel elhúzódó vitákat oldhat meg. „Apai nagymamám választotta, szüleimnek nem igazán volt beleszólása. Mintegy késői beleegyezés volt nagyanym részéről, miszerint elfogadja utólag, hogy apám egy kétgyerekes, elvált nőt választott feleségének.” Ezen kérdés alapján betekintést nyerhattunk egy-egy család működési mechanizmusába is.

A hasonlóságra utaló kérdés válaszait az 1. számú mellékletben található meg, azonban összességében elmondható, hogy belső hasonlóságnál az édesapát jelölték meg legtöbben, szám szerint 48 fő a kitöltők közül, míg külsőleg inkább az édesanyjukat, 42-en. Második helyen belsőleg valamelyik nagymama állt, 40 személynél, míg külsőleg ugyan-csak a nagymamára való hasonlóságot jelölte meg, 37 fő. Harmadik helyen belsőleg az édesanyjára való hasonlóság áll, külsőleg pedig az édesapára való. Belsőleg 20 fő senkit nem tudott megjelölni a családból, hogy kire hasonlítana, külsőleg ennek fele, 10 személy szerint nem hasonlít senkire sem.

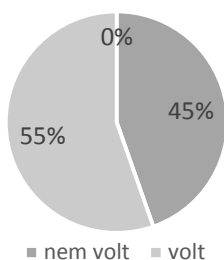
Az előbb felsoroltakon túl még külsőleges hasonlóságnál 10 fő a testvérét jelölte meg, belsőleg 7 személy. Belsőleg 5 fő valamelyik nagypapáját és egy-egy személy szerint hasonlít külsőleg a nagypapjára, keresztanyjára és ugyancsak egy szerint belsőleg a keresztanyjára.

Ki az, akit a családjában közel állónak érez/érezett? Erre a kérdésre a legtöbben, 121-en, az édesanyjukat, majd ezután 102 fő a szüleit jelölte meg. Közel állónak érzi valamely testvérét 96 fő, és 35 személy a nagymamáját. 15-en mindenkit a családjukból, 14-en a saját gyermeküket, 13-an pedig a férjüket is felsorolták. Az édesapjukat érzi közel állónak 11 fő, míg a nagypapát 7-en. 10 személy viszont úgy érzi, senki sem áll közel hozzá a családjában. Okként leginkább azt jelölték meg a kitöltők, hogy támaszt nyújtanak, számíthatnak ezekre a személyekre, vagy úgy érzik hasonlóság van köztük, vagy éppen hasonló életutat jártak be, de van olyan is, aki valamely tulajdonságuk miatt tiszteli, példaképnek tartja. A családi narratívába beletartozik, amit egyes események során következtetéseként levontak. Ennek egyik formája, amikor egy családban sokszor ismételt szólas, közmondás hangzik el. A kapott eredmények megoszlásáról alább egy diagram is látható. A kitöltők több mint felének, azaz 55%-nak, a családjában hangzottak el ilyen mondatok, viszont 45%-nak nem volt, vagy nem emlékszik, hogy lett volna ilyen szólas közmondás a családjában. A teljesség igénye nélkül csak néhányat emelnék ki, amelyek magas arányban előfordultak. A legtöbb tanuláshoz kapcsolódó volt. Majd ezt követte az „amit ma megtehetsz ne halaszd holnapra” kezdetűek, „aki korán kell aranyat lel”, és az „addig nyújtózkodj, amíg a takaród ér”. Mind komoly mondanivalóval rendelkezik és tanító célzata van.

12. ábra

Családban ismételték-e szólas, közmondást? (n=475) forrás: saját szerkesztés

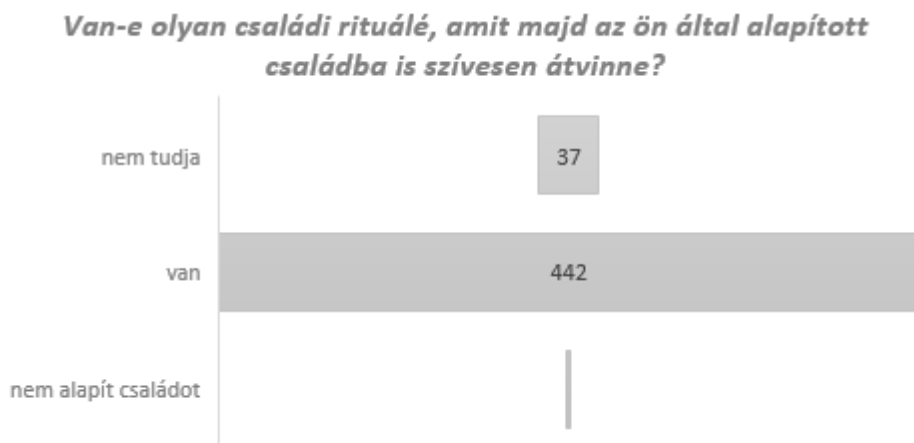
Volt-e a családjában sokszor ismételt szólas, közmondás?



Van-e olyan családi rituálé, amit majd a saját családjába is szívesen átvinné? Ezen kérdésre a válaszadók több mint a fele, 442 fő, azt a választ adta, hogy van, ketten nem terveznek családot alapítani és 37 személy pedig nem tudja, hogy van-e olyan rituálé, amit majd szeretne tovább vinni. E megoszlások az alábbi diagrammon láthatóak.

13. ábra

Van-e olyan családi rituálé, amit szívesen tovább vinne? (n=475) forrás: saját szerkesztés



A teljeség igénye nélkül emelnék ki néhány rituálét. Amit a kitöltők legnagyobb arányban megjelöltek, az a közös családi ünnepek, kiemelték többben is a karácsonyt, a szenteste közös étkezését. Emellett a heti, vagy napi közös családi étkezések szokását is sokan tovább vinnék/viszik. A feltételezhetően gyermekkel rendelkezők pedig a rendszeres esti mese olvasását. Tehát az adatok fényében a harmadik hipotézisem bebizonyosodni látszik. A segítő hivatású személyek körében meghatározó a korábbi generációkról való tudás és ezek továbbvitele a saját életükbe.

Negyedik hipotézis

A negyedik hipotézisemben feltételeztem, hogy *a segítő szakma pályaválasztási motivációiban meghatározóak a korábbi generációkat ért traumák, krízisek*. A szakirodalom alapján fontos információ az egyén transzgenerációs traumái. Ennek feltárására a szociális szakmában dolgozó, kérdőívemet kitöltőknek az alábbi kérdéseket tettem fel. Bevezetőnek egy eldöntendő kérdést. A válaszok arányának diagramját a 3. számú mel-

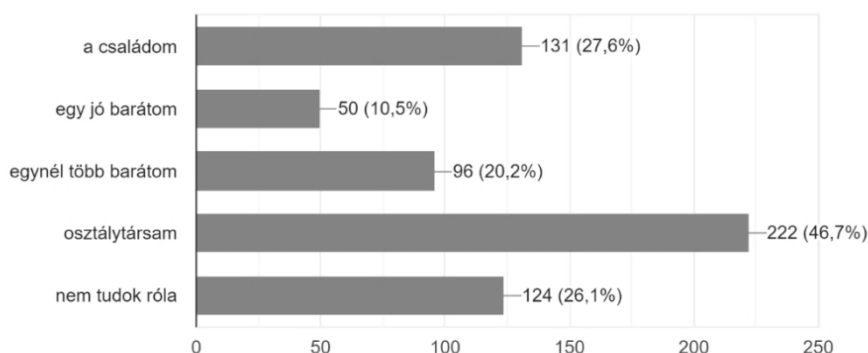
lékületben láthatjuk. Kérdés a következő volt: „Érte-e önt gyermekként megfosztottság?” A válaszadók közül 234 fő válaszolt nemmel. Igen, érzelmi megfosztottságot tapasztalt 129 fő, anyagit viszont 20 fő. Mindkettőt, tehát anyagi és érzelmi megfosztottságot 92 fő jelölt meg. Tehát a szociális szakmában dolgozó kitöltőim kicsivel több, mint fele élt át gyermekként valamiféle megfosztottságot.

14. ábra

Hátrányos helyzetűek... (n=475) forrás: saját szerkesztés

Kérem jelölje akire/akikre igaz az állítás! Hátrányos helyzetű volt...

475 válasz



A hátrányos helyzetűekre vonatkozó kérdéssel azt kívántam felmérni, hogy Kempe hetedik szocializációs útját, a szükségletátvitel útját hányan választhatták, vagyis hányan voltak azok, akik maguk is vagy saját magukon, vagy egy környezetükben lévő személyen keresztül megtapasztalták, milyen felnőni egy puritán miliőben. 222 fő tapasztalta, hogy osztálytársa hátrányos helyzetű volt. 131 nyilatkozta, hogy a saját családja. Nem tud róla 124 fő. Egynél több barátja is hátrányos helyzetű volt 96 főnek és 50 állítás szerint egy jó barátja volt hátrányos helyzetben. Ezen megoszlásokat az alábbi diagrammon szemléltettem.

Azon kérdésekre, hogy tudatában van-e valamilyen családi traumának az alábbiak közül, sokszínű válaszokat kaptam. A kapott válaszok diagramját a mellékletben megtalálható. Én 6 fő traumát emeltem ki. Bántalmazást 7 fő jelölt meg, pszichózist, vagyis a mentális betegségeket mindössze 4 fő, az alkoholizmust csak 10 személy. A szenvedélybetegsé-

get ketten, társfüggőséget senki sem, az öngyilkosságot, pedig 9-en. Ezen felül az egyébhez számos más esetet is írtak, melyekre én nem gondoltam. Ezeket is megpróbáltam csoportosítani. A legtöbben, szám szerint 237-en a háború okozta traumát jelölték meg. Ketten kiegészítették, hogy az 1956-os forradalom és szabadságharccal volt kapcsolatban, és ugyan csak ketten, hogy a holokauszttal. Ezután a második legtöbbször előforduló trauma a hozzátartozó súlyos elhúzódó betegsége, melyben 188 kitöltő és családja érintett. Majd ezt követte a szülő korai elhalálozása 147 személynél, 146 főnél pedig a csecsemő/gyermek korai elhalálozása. Ezekben benne foglaltatik a gyász fogalma. Feldolgozatlan gyászt jelölt meg 132 fő. A kérdőív kitöltői közül 116 családot érintette traumaként a menekülés, üldöztetés. 92 esetben a gyermekét elhagyó szülő jelent meg traumaként. Ezeken túl fontosnak tartom kiemelni még, hogy a kitöltők közül 3 fő élte meg traumaként a válást, 2 fő a bebörtönzést, ugyan csak 2 fő testvér halálát és 3 személyt ért szexuális abúzus.

A kapott adatok alapján megállapítható, hogy a szociális szférában dolgozó kitöltőim 93% van tudatában valamiféle családi traumának. Kérdéses, hogy tudják-e, hogy a mindennapjaikra milyen hatással lehetnek ezen családi traumák és ha igen mit tudnak kezdeni velük? Ezen kérdések akár további kutatási irányt jelölhetnek ki.

Arra a kérdésre, hogy „Kérem jelölje, hogy a segítői munka során mit tart ön 1-es nagyon fontosnak és 5-ös egyáltalán nem fontosnak” a válaszadók számára fontossági sorrendben az elsődlegesen nagyon fontos a megbecsülés, majd ezt követi a társas interakciók igénye, valahová tartozás, szeretet iránti igény és az önmegvalósítás szükségessége. A külső motiváló erőkre vonatkozó kérdésem eredménye a következő: a kitöltők többsége számára mindig motiváló tud lenni a munkahelyükön egy összetartó közösség, emelet az önálló munkára való lehetőség és a fizetés megfélelősége. A belső motivációra vonatkozó kérdésre adott válaszok alapján megállapítható, hogy a hatósági pozíció csak nagyon kevesek számára ad belső motivációt (34 fő). Ellenben sokan jelöltek meg 432-en egyfajta belső teljesítmény igényt. Belsőleg motiváló 396 személynek az, hogy érdekesnek tartja a munka jellegét, 380 főnek, pedig motiválók a munkából adódó kihívások és lehetőségek. A csoporthoz tartozás motiváló hatását 354-en jelölték meg.

A kérdőívemben szereplő kérdés, mi szerint „mi kell ahhoz, hogy a segítő hivatásban sikeresnek mondhassa önmagát” a legtöbben, ponto-

san 423-an, a munkában rejlő kihívások élvezetét jelölték meg. 421 fő szerint az összetartó csapatszellemről lesz a segítő hivatásban sikeres. A keményen dolgozás hajlandóságától 376 fő várja a sikert a munkájában. Tehát a negyedik hipotézisem megdőlt, mivel a rendelkezésre álló adatok alapján nem lehet szignifikánsan kimondani, hogy a segítő szakma pályaválasztási motivációiban meghatározóak lennének a korábbi generációkat ért traumák, krízisek.

ÖSSZEGZÉS

A transzgenerációs minták az élet számos területét szövevényesen járják át. Van, amikor tudatában vagyunk és van, amikor nem. A holokauszt túlélők és leszármazottjaik megfigyelésével indult a transzgenerációs hatások kutatása, és ezt követően számos szakember vizsgálja és feltehetőleg vizsgálni is fogja, tekintve azt, hogy újabb és újabb tanulmányok jelennek meg a témában. Hazánkban Orvos Tóth Noémi, Bakó Tihamér és Zana Katalin, illetve Varga Katalin munkásságát tartottam legjelentősebbnek a szakdolgozatom elkészítése során. Ők voltak azok a szakemberek, akik biológiai, viselkedési, illetve szociológiai szempontból végeztek el kutatásokat és készítettek el tanulmányokat. A kutatási célcsoportom vizsgálatához fontosnak tartottam az altruista személyiséghez tartozó szocializációs út vizsgálatát.

A kutatásomban négy hipotézist állítottam fel, amelyek összefoglalóan az azonosulás, szociális tanulás mint motiváció, generációs kapcsolódási pontok fontossága, illetve a korábbi generációkat ért traumák voltak. Az első, második, és a negyedik feltételezésem megdőlt. Az első feltételezés alapján a kitöltőim több mint fele, 60% szerint nincs a családjában olyan személy, aki segítő hivatásban dolgozik, vagy dolgozott. A második hipotézisem során az az eredmény született, hogy nem az önkéntességben szerzett tapasztalatok azok, a melyek erre a pályára viszik az segítők többségét, mivel több mint fele a kitöltőknek nem önkénteskedett korábban. A negyedik hipotézisemben a rendelkezésre álló adatok alapján nem lehet egyértelműen kimondani, hogy a segítő szakma pályaválasztási motivációiban meghatározóak lennének a korábbi generációkat ért traumák, krízisek.

A harmadik hipotézisem alátámasztást nyert, hiszen a segítő hivatású személyek körében meghatározó a korábbi generációkról való tudás és ezek továbbvitele a saját életükbe. A kapott válaszokból kiderült ugyanis, hogy a válaszadók többsége ismeri a szülei, nagyszülei megismerkedésé-

nek történetét, a helyet, ahol felnőttek, családjuk származását, születésének körülményeit, névválasztásának eredetét, illetve a családi hagyományokat szeretné is tovább adni az utódai számára. A kutatásom elkészítése rávilágított arra, hogy mint leendő szociális munkásnak is fontos szem előtt tartani a transzgenerációs hatásokat, mind a saját magam megértése, mind a kliensek megértése céljából.

SZAKMAI AJÁNLÁS/ KITEKINTÉS

Úgy vélem, hogy a kutatásom eredményeinek az integrálása a szociális szféra következő néhány területén hasznos lehetne:

- Óvodai és iskolai szociális segítség területén: például a fiatalok integrációs identitás fejlesztésében, prevenciós programokban a szuicíd történések, drog és szenvedélybetegség, korai gyermekvállalás megelőzése érdekében
- Családsegítőben: házassági, gyermeknevelési tanácsadás és felkészítési programok szervezésében, mediációban
- Örökbefogadással kapcsolatban segítő- gyámügyi- és szociális munkában
- Krízisközpontok, telefonos szolgálatok kiépítésénél, az ott folyó munkatársak felkészítésénél
- Pszichiátriai betegekkel folyó munkában, kiemelten fontos és óhatatlanul előtérbe kerül a családi működés, családi történet, traumák, elakadás a gyászban
- Segítő szakemberek továbbképzésénél-szupervízió, önfejlesztő tréningek, konferenciák, önmonitorozásra készítés, helfermotívum és munkánk során befolyásoló attitűdök megvizsgálása.

Kitekintésként a negyedik hipotézisemnél már említettem egy vizsgálódási irányt, mellyel tovább fejleszthető lenne a transzgenerációs minták témája. A szociális szférában dolgozó kitöltők 93% van tudatában valamilyen családi traumának. Ez az adat újabb kérdéseket vet fel. Vajon tudják-e, hogy a mindennapjaikra milyen hatással lehetnek ezen családi traumák és ha igen mit tudnak kezdeni velük? Azt gondolom, hogy a téma érzékenysége tekintve egy sokkal személyesebb formájú kutatásra lenne szükség. A személyes megkeresésen alapuló interjúztatás úgy vélem megfelelő módja lehetne.

FELHASZNÁLT IRODALOM

- Bagdy Emőke (1999): Altruizmus, segítői hivatás, személyiség. In: Kállai János – Gál Béla (1999, szerk.): *Az első találkozás jelenségvilága a segítő kapcsolatban*. Janus/Osiris Kiadó, Budapest.
- Bakó Tihamér és Zana Katalin (2021): *A transzgenerációs trauma és terápiája, a taranszgenerációs atmoszféra*. Medicina, Budapest.
- Gyöngyösiné Kiss Enikő, Oláh Attila (2007): *Vázlatok a személyiségről. A személyiség-lélektan alapvető irányzatainak tükrében*. Új Mandátum Könyvkiadó Budapest.
- Hajduska Marianna (2008): *Krízislélektan*, ELTE Eötvös Kiadó, Budapest
- Horváth Ágota, Lévai Katalin (1996): Szociális munkások II. rész- Hogyan lesz valaki szociális munkás? *Esély* 1996. 7. évfolyam 6.szám 33.- 56.o. (letöltve 2020.11.02. innen: http://www.esely.org/kiadvanyok/1996_6/szocialismunkasok.pdf)
- Kádár Annamária, Kerekes Valéria (2017): *Mesepszichológia a gyakorlatban- Az önbecsülés és a küzdőképesség megalapozása gyermekkorban*. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- Orvos-Tóth Noémi (2018): *Örökölt sors - Családi sebek és a gyógyulás útjai*. Kulcslyuk Kiadó, Budapest.
- Sallai Viola (2014): *A környezeti-érzelmi önszabályozási folyamatok a családi otthon terében*, Eötvös Loránd Tudományegyetem Pedagógiai és Pszichológiai Kar-doktori (PhD) disszertáció.
- Varga Katalin (2011): A transzgenerációs hatások az epigenetikai kutatások tükrében. *Magyar Pszichológiai Szemle*, 2011, 66. 3. 507–532.
- Wolynn, Mark (2020): *Örökölt családi minták, Félelmek, érzése és viselkedésminták, melyeket a tudatunkon kívül átvettünk*. Édesvíz Kiadó, Budapest.

MELLÉKLET

1. melléklet

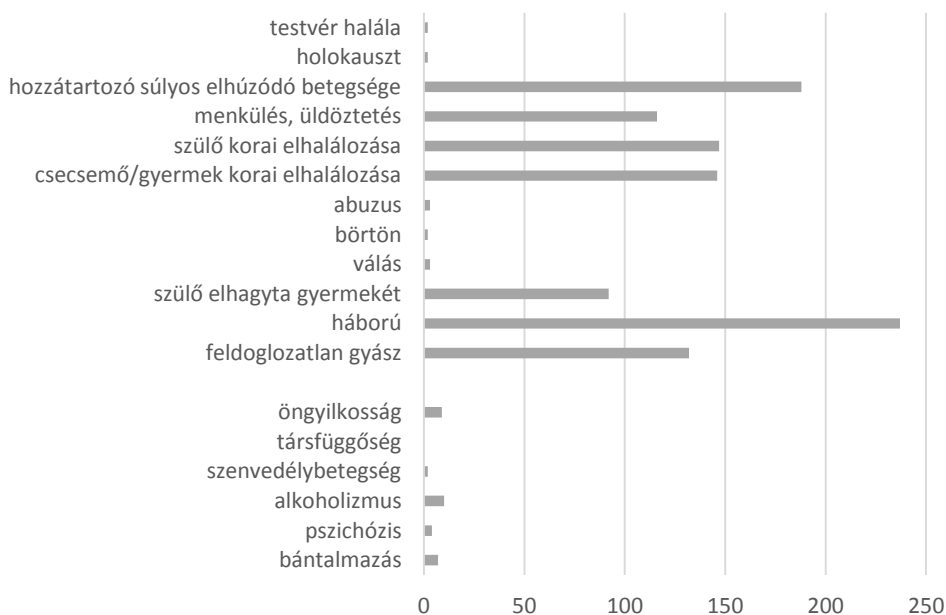
Kire hasonlít ön? forrás: saját szerkesztés

BELSŐLEG (n=151)		KÜLSŐLEG (n=137)	
édesanya	30	édesanya	42
édesapa	48	édesapa	36
nagymama	40	nagymama	37
nagypapa	5	nagypapa	1
keresztanya	1	keresztanya	1
senkire	20	senkire	10
testvér	7	testvér	10

2. melléklet

Tudatában van-e valamilyen családi traumának? (n=440) forrás: saját szerkesztés

Családi traumák



3. melléklet

Érte-e önt gyermekként megfosztottság? (n=475) forrás: saját szerkesztés

Érte-e önt gyermekként megfosztottság?

